

LE ZOOM NUTRIACTIS® #MARS



**BNP PARIBAS
CARDIF**



NUMERIQUE EN SANTÉ: QUELLES AVANCÉES ?

Document réalisé dans le cadre du partenariat entre
BNP Paribas Cardif et le CHU Rouen-Normandie

[Pour toutes questions : nutriactis@chu-rouen.fr](mailto:nutriactis@chu-rouen.fr)

Les **outils numériques** sont de plus en plus présents dans nos vies et jouent un rôle dans notre mode de vie. Le phénomène de **digitalisation** s'est indéniablement étendu au domaine de la **santé**, engendrant une évolution de la **médecine** et du **système de santé** : de la prévention, au diagnostic jusqu'à la prise en charge du patient.



La Haute Autorité de Santé (HAS) définit le terme d'**e-santé** comme « un vaste domaine d'applications des technologies de l'information et de la télécommunication (TIC) au service de la santé ».

Comment le numérique est-il utilisé dans le domaine de la santé?

La **e-santé** propose des services diversifiés qui permettent d'améliorer la prévention, la santé de la population générale mais aussi le parcours de soin via:

- **La gestion des soins** : services digitaux utilisés par les professionnels de santé pour la gestion des soins (administrative, facturation...).
- **La coordination des soins** : permet de faciliter la communication et la coopération entre les professionnels de santé.
- **L'analyses des données de santé**: permet de favoriser l'analyse des données de santé disponibles afin d'améliorer les services de soins (recherche, alertes, prise en charge...).
- **Les services destinés aux usagers** : pour tous les usagers, notamment les patients, pour améliorer leur parcours de soins et les inclure davantage à leur prise en charge.

Les **grandes thématiques** du numérique en santé sont :

PRÉVENTION

Augmenter la prévention en sensibilisant et informant la population afin de rendre tout à chacun acteur de sa santé (mangerbouger, Tabac Info Service...).



ACCÈS À LA SANTÉ

Améliorer l'accès à la santé pour chacun (Visio consultation, télé-surveillance, thérapies digitales...).



PRISE EN CHARGE

Faciliter les démarches des professionnels de santé (gain de temps) et améliorer la prise en charge des patients.



Quels sont les avantages et inconvénients du numérique en santé pour les patients?

Les outils numériques **destinés aux usagers** présentent de nombreux **avantages** :



- Un **accès plus facile** au parcours de soin grâce à :
 - Une **multiplicité des supports** : smartphone, tablette, ordinateur ou même casque de réalité virtuelle.
 - Une **accessibilité géographique** : disponibles n'importe où avec une connexion internet.
 - Une **disponibilité augmentée** : services avec un accès quasi-permanent (plage horaire augmentée) et ne nécessitant pas de déplacement.
- Un **bénéfice écologique** grâce à la réduction des déplacements.
- Une **traçabilité augmentée** permettant de mieux suivre son parcours de soin.
- Une **personnalisation** de la prise en charge grâce à des parcours numériques en tout **autonomie** selon, les besoins, le rythme ou encore les envies du participants.
- Une **aide au parcours de soin présentiel** permettant son optimisation notamment grâce à un gain de **temps** (auto-évaluations, algorithme...)
- Une **solution anonymisée** permettant de lever certaines barrières (déli, craintes...)
- Un **lien avec la recherche facilité** permettant la collecte de données et ainsi une amélioration constante de l'offre de soin



Les outils numériques peuvent également présenter des **inconvénients** :

- Une diminution du **contact humain** si la solution n'est pas associée à une prise en charge présenteielle.
- Un manque de **validité scientifique et/ou éthique** induisant notamment la diffusion d'informations incorrectes ce qui peut être dangereux pour l'utilisateur et sa santé.
- Une **mauvaise interprétation** et/ou des **difficultés de compréhension** pouvant induire des risques pour la santé.
- Une augmentation du **temps passé sur les écrans**.
- Une **collecte de données personnelles**.



Solutions digitales vs thérapies digitales

Le niveau de preuve de concept et l'attribution d'une certification gouvernementale permettent de distinguer les différents outils numériques. En effet, on parle de **solutions digitales** lorsqu'il n'existe ni d'études cliniques démontrant l'efficacité de l'outil, ni de certification gouvernementale. Pour être reconnu comme **thérapie digitale**, il est indispensable d'effectuer **des études cliniques** qui prouvent l'efficacité de l'outil ce qui permet ensuite d'obtenir **une certification** qui qualifie l'outil comme thérapie digitale.

Solution digitale de santé

- Efficacité clinique
- Certification gouvernementale



- Efficacité clinique
- Certification gouvernementale



Thérapie digitale

- Efficacité clinique
- Certification gouvernementale

Numérique et nutrition

Plusieurs études cliniques ont mis en évidence **l'efficacité d'outils digitaux dans la prévention et la prise en charge des troubles du comportement alimentaire (TCA) et de l'obésité**. En effet, différentes études ont démontré qu'une intervention digitale chez des participants souffrant d'hyperphagie boulimique ou d'anorexie mentale pouvait induire une réduction significative des symptômes associés à la pathologie.

Toutefois, des études complémentaires doivent encore être menées pour confirmer l'efficacité des interventions digitales dans le domaine.



Pour rappel, pour **une efficacité optimale**, les interventions digitales doivent être utilisées en complément d'une prise en charge présenteielle par un professionnel de santé et ainsi **être intégrée au parcours de soins**.

NutriActis : nouvel outil numérique

NutriActis est une **plateforme numérique innovante** pour l'auto-dépistage, l'accompagnement ou la prévention de l'obésité et des troubles du comportement alimentaire. Cette solution a été développée par une **équipe pluridisciplinaire** spécialisée dans les TCA et l'obésité et l'intégralité de son contenu est **basé sur des données validées de la littérature scientifique**.



L'objectif de cette plateforme est dans un premier temps de proposer un **auto-dépistage** des TCA et de l'obésité afin d'éviter des retards de diagnostic induisant un risque accru de formes sévères et de complications.

Ensuite, selon situation clinique du participant, la plateforme NutriActis propose :

- Un **programme d'auto-prévention** (si pas de TCA ni d'obésité) : auto-évaluations des facteurs de risques associés aux TCA et à l'obésité et des programmes d'intervention personnalisés.
- Un **programme d'auto-soin** (en cas de TCA et/ou d'obésité) : auto-évaluations des comorbidités associées aux TCA et à l'obésité et des programmes d'intervention personnalisés d'auto-soins ainsi qu'un accès à une visioconsultation avec un professionnel de santé.

NutriActis propose **plus de 20 auto-évaluations dans différents domaines** tels que les addictions (alcool, tabac...), la perception de l'image corporelle (insatisfaction corporelle, dysmorphophobie...), les aspects psychologiques (anxiété, perfectionnisme...).



Ainsi, **quelque soit votre situation clinique**, la solution NutriActis a pour objectif de vous rendre acteur de votre santé et d'améliorer votre qualité de vie.

Toutes les données de la plateforme sont **pseudonymisées** et seront analysées dans le cadre d'un **projet de recherche afin d'optimiser le parcours des participants**. Alors, nous vous invitons TOUS à vous inscrire au **programme NutriActis** afin devenir acteur de votre santé et contribuer au développement de ce programme. Tous vos retours sur l'utilisation de la plateforme sont les bienvenus !

Pour plus d'information concernant le parcours NutriActis n'hésitez pas à consulter notre **guide utilisateur**.

Si vous avez la moindre question, n'hésitez pas à nous contacter par mail à : nutriactis@chu-rouen.fr.

Conclusion

La **e-santé** propose donc des **services diversifiés** qui permettent **d'améliorer la prévention, la santé de la population générale et le parcours de soin**.



Nous sommes impatients de vous compter parmi les NutriActeurs !

Dans le domaine des solutions digitales, de plus en plus d'outils sont proposés mais la **mise en place d'études cliniques** reste indispensable pour démontrer leur efficacité; d'autant plus qu'une grande partie de ces outils ne sont pas scientifiquement validés.

N'hésitez plus, venez participer au programme NutriActis pour devenir **acteur de votre santé** mais également de la recherche dans les domaine!

Le **lundi 4 mars se déroule la journée mondiale de l'obésité**, quel meilleur moment pour s'engager dans la lutte contre l'obésité et les troubles du comportement alimentaire !

Références

- Ahmadiankalati, M., Steins-Loeber, S., & Paslakis, G. (2020). Review of randomized controlled trials using e-health interventions for patients with eating disorders. *Frontiers in psychiatry*, 11, 568.
- Haute Autorité de Santé. La e-santé.Des avantages concrets pour vos patients.2023.https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2019-10/e_sante_essentiel_en_4_pages.pdf
- Linardon J, Shatte A, McClure Z, Fuller-Tyszkiewicz M. A broad v. focused digital intervention for recurrent binge eating: a randomized controlled non-inferiority trial. *Psychological Medicine*. 2023;53(10):4580-4591. doi:10.1017/S0033291722001477
- Low, K. G., Charanasomboon, S., Lesser, J., Reinhalter, K., Martin, R., Jones, H., Winzelberg, A., Abascal, L., & Taylor, C. B. (2006). Effectiveness of a computer-based interactive eating disorders prevention program at long-term follow-up. *Eating disorders*, 14(1), 17–30. <https://doi.org/10.1080/10640260500403816>
- Ministère de la transformation et de la fonction publique.Prévention en santé - Recommandations pratiques de communication numérique.2023.NutriActis est un nouvel outil numérique qui va vous permettre d'effectuer votre dépistage des TCA et de l'obésité et de vous évaluer sur de nombreux facteurs de risque ou comorbidités de ces pathologie. Cette plateforme vous propose également des programmes d'intervention ciblés et adaptés à vos besoins permettant de mieux comprendre et de réduire le risque étudié. N'hésitez donc plus à prendre soin de votre santé et de vous inscrire au programme.
- Ministère de la santé et de la prevention.agence du numérique en santé. Stratégie nationale.<https://esante.gouv.fr/strategie-nationale>
- NutriActis. <https://nutriactis.fr/>
- Rochereau, A., Dorphin, C., & Martelli, N. (2022, July). Les thérapies digitales: quels freins pour leur prise en charge?. In *Annales Pharmaceutiques Françaises* (Vol. 80, No. 4, pp. 519-530). Elsevier Masson.
- Sala, M., Levinson, C. A., Kober, H., & Roos, C. R. (2023). A pilot open trial of a digital mindfulness-based intervention for anorexia nervosa. *Behavior Therapy*.
- The acceptability, feasibility, and preliminary efficacy of a supported online self-help treatment program for binge-eating disorder . Rom S, Miskovic-Wheatley J, Barakat S, Aouad P, Kim M, Fuller-Tyszkiewicz M, Maguire S.